

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap pasangan yang sudah menikah tentunya memiliki harapan untuk menjadi keluarga yang bahagia. Memiliki anak merupakan suatu hal yang didambakan oleh pasangan yang sudah berumah tangga. Anak memiliki peran yang penting dalam keluarga karena kehadirannya dapat membuat pasangan semakin harmonis dan dapat memberikan warna kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari.

Setiap orangtua yaitu terutama ibu tentu menginginkan anak yang terlahir sempurna tanpa kekurangan atau kecacatan baik fisik maupun mental. Pada kenyataannya tidak semua anak dilahirkan dengan sempurna. Dalam kasus nyata, ada orangtua yang harus menerima kenyataan bahwa mereka memiliki anak yang berkebutuhan khusus (ABK). Orangtua yang memiliki ABK pastinya akan merasa sedih, kaget dan tidak siap untuk menerima kenyataannya. Reaksi orangtua pertama kali mengetahui anaknya berkebutuhan khusus adalah *shock*, tidak percaya, kecewa, marah, menolak, sedih, malu dan merasa bersalah (Rachmayanti & Zulkaida, 2007). Memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan tantangan bagi orangtua baik mental maupun fisiknya, karena ABK diperlukan penanganan yang khusus.

ABK tentu memerlukan penanganan-penanganan khusus dari orangtua karena memiliki gangguan baik fisik maupun mental yang dialaminya dan berbeda dengan anak lainnya. Menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI (dalam Adnan, Asiah, Bunawan, dkk, 2013) menjelaskan ABK merupakan anak yang mengalami keterbatasan baik

fisik, social, mental, intelektual serta emosional yang dapat berpengaruh dalam proses tumbuh kembangnya dibanding anak lain yang terlahir tanpa keterbatasan. ABK memiliki beberapa istilah lain yaitu disabilitas (anak cacat) dan anak luar biasa. Mangunsong (dalam Pradana & Kustanti, 2017) mengatakan bahwa ABK akan sulit dalam berperilaku, berkomunikasi serta berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan data menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2003 yakni jumlah ABK sekitar 7-10% dari total jumlah penduduk Indonesia (dalam Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014). Badan Pusat Statistik Nasional pada tahun 2009, jumlah ABK mencapai 1,48 juta (0,7%) dari jumlah penduduk di Indonesia (dalam Rahayuningsih & Andriani, 2011). Menurut data Badan Pusat Statistik (dalam Kementerian Pendidikan & Kebudayaan, 2017) bahwa jumlah ABK mencapai 1,6 juta anak di Indonesia. Kemudian hasil dari Rikesdas 2018 terdapat 3,3% anak umur 5-17 tahun mengalami disabilitas (dalam Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2018). Jumlah ABK di Indonesia ternyata memang masih cukup banyak dari tahun ke tahun.

Penyesuaian orangtua mengenai apa yang harus dilakukan terhadap anak seringkali dapat memunculkan stres bagi orangtua terutama ibu (Lestari & Mariyati, 2016). Dalam pengasuhan, beban yang diterima oleh ibu lebih besar dibandingkan dengan ayah karena ibu merupakan pengasuh utama yang lebih sering berinteraksi dengan anak (Pradana & Kustanti, 2017). Ibu yang memiliki ABK akan menghadapi lebih banyak tantangan, stigma dan stres dibanding dengan ibu yang memiliki anak normal (Morgan dan Jones dalam Nura & Sari, 2018). Perilaku ABK merupakan salah satu penyebab yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis orangtua sehingga hal ini dapat menghambat orangtua

dalam mencari informasi mengenai bagaimana merawat anaknya (Hastings, Kovshoff, Ward, Degli, Brown, dan Remington dalam Pradana & Kustanti, 2017). Dalam hal ini, kondisi psikologis yang kurang baik (tertekan, cemas, stres) pada ibu dapat membuat kondisi mental sang ibu menjadi buruk dan hal ini berkaitan erat dengan *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis. Ryff (1989) menjelaskan PWB merupakan kondisi dimana individu memiliki kesehatan psikologis dengan pemenuhan fungsi psikologis positif.

Aspinwall (dalam Ramadhani, Djunaedi, & Sismiati S., 2016) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana psikologis seseorang berjalan dengan baik dan positif. Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa PWB merupakan kemampuan individu dalam menerima keadaan dirinya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengendalikan dirinya, mampu menghadapi tekanan sosial dari lingkungan sekitar, mampu merealisasikan potensi yang dimiliki sehingga mampu memiliki arti dalam hidupnya. Sa'diyah (2016) menjelaskan bahwa seseorang yang PWB nya tinggi akan dapat menerima dirinya, dapat menguasai lingkungan, perasaan dan sikap positif terhadap lingkungan, memiliki hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya jika PWB yang rendah akan tidak dapat menerima dirinya, tidak dapat menguasai lingkungan, tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain.

Peneliti mewawancarai beberapa ibu yang memiliki ABK. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada subjek pertama yang berinisial SM yang berusia 45 tahun pada 22 November 2019 pukul 19.00 WIB. Pada saat mengetahui anaknya berkebutuhan khusus, SM berhenti bekerja dan lebih fokus merawat anaknya. Saat mengetahui bahwa anaknya memiliki gangguan autisme, SM mengaku terkejut, sedih, tidak percaya bahwa anaknya memiliki gangguan

tersebut serta stres mengetahui hal tersebut. Kebetulan, itulah anak pertama SM sehingga membuat ia merasa kecewa. Saat itu SM takut jika tidak bisa mendidik anaknya karena ABK tentu saja harus mendapatkan perlakuan atau didikan yang khusus. Suami dan keluarganya menerima kehadiran anaknya dan tidak menyalahkan dirinya sehingga ia dapat menerima kondisi tersebut. Rasa marah, kecewa, sedih, stres perlahan hilang karena semangat yang diberikan suami dan keluarganya. SM mengaku bahwa perasaan sedih dan kecewa yang dirasakan dirinya sudah hilang serta lebih bisa menerima keadaan yang ada.

Subjek kedua yang diwawancarai peneliti yaitu berinisial AP yang berusia 35 tahun dan berprofesi sebagai wiraswasta. AP sudah menerapkan anaknya di beberapa tempat seperti Hermina (terapi motorik kasar dan bicara), Anargya, AGCA Center Semarang pada umur 2,5 tahun, dan Talitakum (Terapi dan Sekolah). Perasaan pertama yang dirasakan oleh AP adalah terkejut, malu, takut, dan tentu saja sedih. Selaras dengan yang dikatakan oleh Rachmayanti dan Zulkaida (2007) bahwa reaksi orang tua pertama kali mengetahui anaknya berkebutuhan khusus adalah *shock*, tidak percaya, kecewa, marah, menolak, sedih, malu, dan merasa kecewa. AP sempat menarik diri dari pergaulannya dengan teman-temannya, ia termasuk golongan ibu-ibu muda yang pergaulannya luas dan *highclass* sehingga hal ini yang membuat ia semakin malu dengan teman-temannya. Suami AP selalu mendorong untuk tetap bergaul dengan teman-temannya dan tidak perlu malu karena memiliki ABK lalu juga memberikan semangat pada AP, keluarganya juga tidak membeda-bedakan anaknya dengan anak lain. Sejak saat itu AP berpasrah pada Tuhan, mulai menerima kondisi tersebut dan tidak perlu malu dengan teman-temannya karena kondisi anaknya seperti itu.

Subjek ketiga yang diwawancarai oleh peneliti pada 28 November 2019 pukul 17.00 berinisial NY yang berusia 41 tahun. Saat ini anaknya berusia 6 tahun dan ketahuan anaknya ABK sejak umur 2,5 tahun. NY merupakan seorang ibu rumah tangga. Pertama kali mengetahui anaknya berkebutuhan khusus, ia merasa *shock* dan tidak percaya bahwa anaknya ternyata mengalami hal tersebut. NY sering menangis dan merasa sedih, marah, kecewa, serta malu. NY malu dengan teman-temannya yang memiliki anak normal sehingga ia menarik diri dari lingkungan luar. Ia sempat berkonsultasi ke beberapa dokter karena tidak percaya bahwa anaknya memiliki gangguan autisme, namun semua dokter mendiagnosis bahwa anaknya merupakan ABK. Ia sempat menyalahkan keadaan dan kecewa dengan dirinya sendiri serta tidak menerima kenyataan yang ada. NY mengalami stres yang berat karena membayangkan bagaimana nasib masa depan anaknya kelak. Stres yang dialami NY terkadang membuat ia kesal dengan anaknya yang sulit untuk ditangani. Suami NY sangat sibuk dengan pekerjaannya sehingga NY kesusahan untuk merawat anaknya sendiri. Ia mengaku sering kesal dan bertengkar dengan sang suami karena hal ini. Dalam kehidupan sehari-hari ia merasa tertekan dan kesal.

Berdasarkan dari semua hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, satu dari ketiga subjek memiliki PWB yang rendah karena masih belum bisa menerima keadaannya, kurang memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, dan masih banyak memiliki emosi negatif seperti stres, marah, sedih, dan kesal. Dampak negatif dari PWB yang rendah yaitu membuat sang ibu merasakan stres sehingga sering kesal dengan anaknya, kesal dengan suami serta lingkungan sekitar, terlalu cemas dengan masa depan sang anak, semakin sulit menerima kondisi yang ada, dan merasa tertekan dalam hidupnya. Selaras

dengan apa yang dikatakan oleh Safaria (dalam Pradana & Kustanti, 2017) bahwa emosi yang dirasakan oleh ibu ABK akan membawa dampak negatif yang dapat berupa kecemasan, depresi, stres dan somatisasi.

Dampak negatif pada ibu yang memiliki PWB rendah antara lain berupa kecemasan mengenai bagaimana masa depan sang anak jika ibunya sudah tiada dan siapa yang bersedia mengurus anaknya. Depresi seringkali juga salah satu dampak negatif ibu yang memiliki ABK karena perilaku dari anak ABK berbeda dari anak normal dan memang membutuhkan penanganan khusus serta terapi yang rutin sehingga membutuhkan biaya yang cukup banyak. Stres karena kurang mendapatkan semangat dari suami dan keluarga yang kurang menerima karena memiliki ABK sehingga dapat menghambat pekerjaan yang dilakukan sehari-hari dan menghambat perkembangan anaknya. Dampak negatif lainnya yaitu somatisasi yang berarti terdapat keluhan fisik yang disebabkan oleh stres atau beban mental yang berat sehingga membuat ibu merasakan sakit kepala, sakit punggung dan lainnya namun saat diperiksakan ke dokter ternyata tidak ada penyakit tersebut.

Berbeda dengan kedua subjek yang peneliti wawancarai mengaku dapat menjalani kehidupannya dengan baik, sudah bisa menerima keadaan dan dirinya sendiri karena suami selalu memberikan semangat dan keluarga besar memperlakukan sama anaknya dengan anak yang lainnya. Selaras dengan Hamburger (dalam Asmarani & Sugiasih, 2019) bahwa individu yang memiliki PWB yang baik akan merasa mampu dalam menjalani kehidupannya, puas dengan kehidupannya, mendapatkan dukungan dan merasa bahagia. Hal ini yang menjadi permasalahan dimana masih ada ibu yang memiliki ABK mempunyai PWB yang rendah.

Manusia merupakan makhluk sosial sehingga membutuhkan bantuan dari orang lain. Salah satunya yaitu dukungan sosial yang dapat berpengaruh dalam meningkatkan PWB sebagai dampak hadirnya ABK. Dalam *psychological well-being* (PWB) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi yaitu usia, status sosial, ekonomi, budaya, religiusitas, kepribadian dan dukungan sosial. Dukungan sosial penting bagi ibu yang memiliki ABK. Dukungan dapat berasal dari orang terdekat yaitu suami, keluarga, teman. Dengan adanya dukungan sosial dapat membuat ibu merasa diperhatikan dan dihargai dalam hidupnya. Seperti yang dikatakan oleh Wright (2002) bahwa dukungan sosial dapat memberikan keuntungan bagi orang yaitu dapat meningkatkan rasa harga diri, mampu mengatasi masalah yang sedang terjadi menjadi lebih efektif, dan mengurangi stres. Semakin banyak dukungan sosial dari orang lain maka semakin tinggi tingkat kesehatan pada kehidupan seseorang (Marni & Yuniawati, 2015). Dukungan sosial dari orang lain yang didapatkan oleh sang ibu dapat membuat ibu menerima hal yang terjadi, mencapai kepuasan dalam hidupnya, dan mengurangi stres sehingga dapat meningkatkan PWB pada ibu yang memiliki ABK. Menurut Waller (dalam Astuti & Indrawati, 2017) dukungan sosial suatu hal yang dibutuhkan oleh orang, tidak adanya dukungan sosial terbukti memiliki dampak yang kuat dalam PWB seseorang.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Pradana dan Kustanti (2017) dengan judul hubungan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* (PWB) pada ibu yang memiliki anak autisme. Berdasarkan penelitian tersebut, disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan PWB pada ibu yang memiliki anak autisme. Semakin tinggi dukungan sosial dari suami, maka semakin tinggi pula PWB pada ibu yang

memiliki anak autisme. Penelitian yang dilakukan oleh Pradana dan Kustanti (2017) hampir sama dengan yang peneliti yang saat ini dilakukan, perbedaannya berada di bagian variabel bebas dan subjek penelitiannya. Variabel bebas pada penelitian saat ini lebih luas karena tidak hanya dukungan dari suami, subjek penelitiannya juga lebih umum karena tidak hanya fokus pada ibu yang memiliki anak autisme melainkan anak berkebutuhan khusus. Penelitian yang dilakukan oleh Asmarani dan Sugiasih (2019) tentang kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak tunagrahita ditinjau dari rasa syukur dan dukungan sosial suami bahwa ada hubungan positif antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Disimpulkan bahwa ibu yang memiliki rasa syukur dan dukungan suami akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan PWB pada ibu yang memiliki ABK ?

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan PWB pada ibu yang memiliki ABK.

1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini akan dibagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis :

1.3.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat untuk pengembangan Psikologi Positif, Psikologi sosial dan Psikologi Perkembangan.

1.3.2. Manfaat praktis

Secara praktis hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi semua orang dan terkhususkan bagi orangtua yang memiliki ABK untuk meningkatkan PWB terutama dalam kaitan dukungan sosial.

